

# 総合体育館カレンダー

平成28年

9月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 ●▲ PTA/バレーボール大会
3 ●■ 朝霞ラージボールダブルス卓球大会 第13回ミニテニス連盟大会 講習 / ST	4 ■ 講習 / ST	5 + ◆ ◎ 講習 / ST	6 ■ ◎ 講習 / ST	7 ★ 講習 / ST	8 ◆ 講習	9 ●▲ サマーチャレンジ大会 (バレーボール) 講習 / ST
10 ●■ 市総体剣道・なぎなた大会 平成29年度卓球教室 講習 / ST	11 休館日 体育館はお休みです。	12 + ◆ ◎ 講習 / ST	13 ●■ ◎ 関東女子 バスケットボール大会 講習 / ST	14 ★ 講習 / ST	15 ◆ 講習	16 ▲ 講習 / ST
17 ●■ 市総体バトミントン大会 (一般) 講習 / ST	18 ■ 講習 / ST	19 + ◆ ◎ 講習 / ST	20 ■ ◎ 講習 / ST	21 ★ 講習 / ST	22 ◆ 講習	23 ●▲ 市総体バトミントン大会 (中学生) 講習 / ST
24 ●■ 第25回朝霞市 ふれあいスポーツ大会 講習 / ST	25 ■ 講習 / ST	26 + ◆ ◎ 講習 / ST	27 ■ ◎ 講習 / ST	28 ★ 講習 / ST	29 ◆ 講習	30 ●▲ さいか幼稚園運動会 講習 / ST

表中記号講習 ⇒ トレーニング講習会 ST ⇒ ショートタイムエクササイズ ◎ ⇒ 個人開放 ● ⇒ ランニングコース使用不可

◆ ★ ■ ▲ ☆ ⇨ フリースペース使用不可

※講習会・ショートタイムエクササイズの詳細は裏面をご覧ください。  
なお、ショートタイムエクササイズ開催時間の前後15分は準備及び片付けのためフリースペースがご利用できない事があります。

お知らせ  
※9月からスポーツ教室がはじまります。  
フリースペースが使えない時間帯がありますので、ご確認ください。  
※土日等の大会開催時は、特に駐車場の混雑が予想されますのでご注意ください。

◆ 9:15~10:45	▲ 13:45~15:00
★ 9:15~12:00	☆ 13:15~16:00
■ 10:45~12:00	♣ 19:15~20:30

火曜日	(第1部) 13:00~15:00	(第2部) 15:00~17:00
水曜日	(第1部) 17:30~19:30	(第2部) 19:30~21:30
注意	①第1部、2部入替制 ②19:30からは中学生以下は保護者同伴です。 ③休館日や祝日、大会、事業等が開催の場合は、個人開放は中止となります。	

※体育館では中学生以下の午後6時以降の利用については、水曜日の個人開放の第1部を除いて保護者の同伴が必要です。